

## **Bundeszahnärztekammer**

Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Zahnärztekammern e.V. (BZÄK)

### Betreff: **Erste Hilfe-Tipps nach einem Zahnunfall.**

Bayerische Landeszahnärztekammer

München – Im Winter oder beim Sport kann es besonders schnell passieren: Man stürzt und fällt auf den Mund. Ein Zahn wird gelockert, verschoben, bricht ab oder fällt aus. Was tun? Ein neues Faltkärtchen der Bayerischen Landeszahnärztekammer (BLZK) gibt Tipps zur Ersten Hilfe nach einem Zahnunfall. Die Schritt-für-Schritt-Anleitung kann unter [www.zahn.de](http://www.zahn.de) im Bereich Downloads heruntergeladen werden. Zusammengefaltet in Visitenkartengröße passt sie in jeden Geldbeutel.

„Nach einem Zahnunfall ist es wichtig, vor Ort richtig zu handeln und dann sofort zum Zahnarzt zu gehen“, sagt Prof. Dr. Christoph Benz, Präsident der Bayerischen Landeszahnärztekammer. „Dann ist die Chance groß, dass der Zahn gerettet werden kann.“ Das neue Faltkärtchen der BLZK gibt Tipps für die Erste Hilfe nach einem Zahnunfall.

Schritt 1: Auch wenn es bei Schreck und Schmerz schwer fällt: Der Betroffene und alle Beteiligten müssen Ruhe bewahren. Der Verletzte sollte in eine Position gebracht werden, in der die Mundhöhle auf Verletzungen untersucht werden kann. Lose Zahnteile oder Zähne gilt es aus dem Mund zu entfernen.

Schritt 2: Bei Blutungen im Mund kann der Verletzte auf ein Taschentuch oder eine Gaze (Mullbinde) beißen. Gegen den Schmerz hilft von außen mit einer Gelkompressen, Eis oder einem nasskalten Waschlappen zu kühlen.

Schritt 3: Es gibt drei Arten von Verletzungen, die unterschiedlich behandelt werden müssen: bei einem abgebrochenen Zahn das Zahnstück in kalte H-Milch einlegen oder in eine Kunststofffolie (zum Beispiel einen Gefrierbeutel) wickeln. Bei einem gelockerten oder verschobenen Zahn den Zahn in Ruhe lassen und nur vorsichtig zusammenbeißen. Einen ausgeschlagenen Zahn nur an der Zahnkrone anfassen, nicht an der Zahnwurzel. Den Zahn auf keinen Fall reinigen, sondern in eine Zahnrettungsbox\* legen oder – falls keine zur Hand ist – wie bei einem abgebrochenen Zahn vorgehen und den Zahn in kalte H-Milch einlegen oder in eine Kunststofffolie (zum Beispiel einen Gefrierbeutel) wickeln.

Schritt 4: Nachdem der Zahn beziehungsweise das Zahnstück sicher aufbewahrt ist, sollte der Verletzte möglichst innerhalb einer Stunde einen Zahnarzt oder eine Zahnklinik aufsuchen.

\*Eine Zahnrettungsbox ist ein Behälter, in dem ein ausgeschlagener Zahn dank einer speziellen Nährlösung bis zu 24 Stunden aufbewahrt werden kann. Die Box ist erhältlich in Apotheken oder Zahnarztpraxen.

Kontakt:

Isolde M. Th. Kohl, Leiterin Geschäftsbereich Kommunikation der Bayerischen Landeszahnärztekammer,

Telefon: 089 72480-211, Telefax: 089 72480-444, E-Mail: [presse@blzk.de](mailto:presse@blzk.de)